

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP PENURUNAN SKOR KECEMASAN PADA
PASIEN ASMA DI PUSKESMAS BANGUNTAPAN 1**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan



**DEAFANY SUKMAWATI
P07120117011**

**PRODI DIII KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KARYA TULIS ILMIAH

“PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
PENURUNAN SKOR KECEMASAN PADA PASIEN ASMA
DI PUSKESMAS BANGUNTAPAN I”

Disusun oleh :
DEAFANY SUKMAWATI
P07120117011

Telah disetujui oleh pembimbing pada :
..10...Mei...2020

Pembimbing Utama,

Menyetujui,

Pembimbing Pendamping,

Harmilah, S.Pd, S.Kep, Ns.M.Kep, Sp.MB
NIP. 196807031990032002

Budhy Ermawan, S.Kp, M.Sc
NIP. 196003131983071001

Yogyakarta, ..10...Mei...2020
Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**“PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
PENURUNAN SKOR KECEMASAN PADA PASIEN ASMA
DI PUSKESMAS BANGUNTAPAN I”**

Disusun oleh :

**DEAFANY SUKMAWATI
P07120117011**

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 11 Mei 2020

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Catur Budi Susilo, SPd, Skp, M.Kes
NIP. 196406301988031004

(.....)

Anggota,

Harmilah, S.Pd, S.Kep, Ns.M.Kep, Sp.MB
NIP. 196807031990032002

(.....)

Anggota,

Budhy Ermawan, S.Kp, M.Sc
NIP. 196003131983071001

(.....)

Yogyakarta, 11 Mei 2020

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Deafany Sukmawati

NIM : P07120117011

Tanda Tangan :



Tanggal : ...10 Mei 2020.....

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : DEAFANY SUKMAWATI
NIM : P07120117011
Program Studi : DIII KEPERAWATAN
Jurusan : KEPERAWATAN

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
PENURUNAN SKOR KECEMASAN PADA PASIEN ASMA
DI PUSKESMAS BANGUNTAPAN I

Beserta Perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir yang selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 12 Mei 2020



(DEAFANY SUKMAWATI)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puja dan puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skor Kecemasan Pada Pasien Asma” di Puskesmas Banguntapan 1 Kabupaten Bantul Yogyakarta ini dapat di selesaikan.

Penyelesaian karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp. Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Potekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Abdul Majid., S.Kep., Ners. M.Kep selaku Ketua Prodi DIII Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. Harmilah, S.Pd, S.Kep, Ns.M.Kep, Sp.MB selaku pembimbing utama Proposal Karya Tulis Ilmiah
5. Budhy Ermawan, S.Kp, M.Sc selaku pembimbing pendamping Proposal Karya Tulis Ilmiah
6. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan bantuan dukungan material, moral, dan doa
7. Teman-teman atau sahabat saat sedih atau senang selalu bersama- sama melewati rintangan menjadi mahasiswa keperawatan dan sudah memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan studi kasus ini
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis berharap semoga karya tulis ilmiah ini dapat membawa manfaat bagi masyarakat dan pembangunan ilmu keperawatan.

Yogyakarta,

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
ABSTRACT	xiii
INTISARI	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Ruang Lingkup	7
E. Manfaat Penelitian.....	7
F. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Konsep Asma Bronkhial.....	11
B. Konsep Kecemasan.....	23
C. Konsep Asuhan Keperawatan.....	25
D. Teknik relaksasi otot progresif	36
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Rancangan Studi kasus	39
B. Subyek Studi Kasus	39
C. Fokus Studi Kasus	39
D. Definisi Operasional	40
E. Instrumen Studi Kasus.....	41
F. Prosedur Pengumpulan Data	42
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus	43
H. Analisis Data dan Penyajian Data	44
I. Etika Studi Kasus	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Studi Kasus	46

1. Gambaran Tempat Studi Kasus	46
2. Proses Keperawatan	48
a. Pengkajian Pada Ny. J dan Ny.W	48
b. Analisa Data pada Ny.J dan Ny.W	60
c. Diagnosa Keperawatan pada Ny.J dan Ny.W	63
d. Intervensi Keperawatan pada Ny.J dan Ny.W	66
e. Implementasi dan Evaluasi Keperawatanpada Ny.J dan Ny.W	67
B. Pembahasan Penerapan.....	71
C. Keterbatasan Studi Kasus	78
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	80
A. KESIMPULAN	80
B. SARAN	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rencana Keperawatan	29
Tabel 2. Identitas Umum Keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	48
Tabel 3. Komposisi Keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	49
Tabel 4. Riwayat dan tahap Perkembangan Keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	51
Tabel 5. Pengkajian Lingkungan keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	52
Tabel 6. Struktur Keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	54
Tabel 7. Fungsi Keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	55
Tabel 8. Stress dan Koping Keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	56
Tabel 9. Pemeriksaan Fisik Klien Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	57
Tabel 10. Harapan Keluarga Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	59
Tabel 11. Analisa Data Klien Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	60
Tabel 12. Prioritas Masalah Diagnosa Keperawatan 1	63
Tabel 13. Prioritas Masalah Diagnosa Keperawatan 2	65
Tabel 14. Intervensi Keperawatan Klien Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	66
Tabel 15. Implementasi Keperawatan dan Evaluasi Klien Dengan Asma Dengan Masalah Kecemasan di Puskesmas Banguntapan 1	67

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Penelitian	87
Lampiran 2. Rencana Biaya Penelitian	88
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i>	89
Lampiran 4. SOP Relaksasi otot progresif.....	90
Lampiran 5. Lembar Observasi Relaksasi otot progresif.....	94
Lampiran 6. Kuisisioner Skor Kecemasan	98
Lampiran 7. Lembar Observasi Skor Kecemasan.....	101
Lampiran 8. Naskah PSP	102
Lampiran 9. Format Pengkajian Keperawatan Keluarga	104

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Genogram Klien 1	50
Gambar 2. Genogram Klien 2	50